

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA IBU
PREMENOPAUSE DI DUSUN KLAWISAN
MARGOAGUNG SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
Sri Atikah
201510104436**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA
2016**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE DI DUSUN
KLAWISAN MARGOAGUNG SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains
Terapan pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun oleh:
Sri Atikah
201510104436

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA IBU
PREMENOPAUSE DI DUSUN KRAWISAN
MARGOAGUNG SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:

Sri Atikah

201510104436

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui
untuk Mengikuti Ujian Skripsi
Program Studi Kebidanan Jenjang Diploma IV
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

oleh:

Pembimbing : Yuli Isnaeni, S.Kp., Sp.Kom

Tanggal : 21 November 2016

Tanda Tangan : 

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KESIAPAN MENGHADAPI MENOPAUSE PADA IBU PREMENOPAUSE DI DUSUN KLAWISAN MARGOAGUNG SLEMAN YOGYAKARTA¹

Sri Atikah², Yuli Isnaeni³

INTISARI

Latar Belakang: Wanita yang menghadapi periode *menopause*, munculnya gejala-gejala psikologis sangat dipengaruhi oleh adanya perubahan pada aspek fisik-fisiologis sebagai akibat dari berkurang dan berhentinya produksi hormon estrogen, sehingga memerlukan kesiapan khusus wanita dalam menghadapi menopause. Hasil studi pendahuluan di di Dusun Klawisan Desa Margoagung Seyegan Sleman Yogyakarta sebagian besar ibu premenopause usia 45-50 tahun tidak memahami dan tidak mengerti cara menghadapi menopause, dan kekhawatiran ibu dalam masalah seksual setelah memasuki masa menopause nanti.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun klawisan Margoagung Sleman Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini adalah penelitian *pre experimental* dengan rancangan *one group pretest – posttest desain*. Populasi penelitian ini yaitu seluruh wanita premenopause di Dusun Klawisan margoagung seyegan sebanyak 15 orang ibu premenopause, pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan Wilcoxon.

Hasil: Ibu pre menopause sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar dalam kategori tidak siap menghadapi menopause yaitu 53,3%. Ibu pre menopause sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar responden dalam kategori siap menghadapi menopause yaitu 80,0%. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagun Seyegan Sleman ($0,025 < 0,05$)

Simpulan dan Saran: Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagun Seyegan Sleman. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk mengadakan penyuluhan tentang menopause dan gejala menopause.

Kata Kunci : Pendidikan kesehatan, Kesiapan menghadapi menopause.

Kepustakaan : 19 buku (2005-2015), 5 skripsi, 4 jurnal, 2 website

Jumlah halaman : i-xii halaman, 51 halaman, 10 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

¹ Judul Skripsi

² Mahasiswa Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION TOWARDS THE READINESS OF PREMENOPAUSAL WOMEN TO FACE MENOPAUSAL PERIOD ON IN Klawisan Village Mergoagung Sleman of Yogyakarta¹

Sri Atikah², Yuli Isnaeni³

ABSTRACT

Background: The emergence of psychological symptoms on women who is going to face menopausal period is strongly influenced by the changes in the physical-physiological aspects as a result of the decreases and the cessation of estrogen production, so that the women need to have special readiness in facing menopausal period. The preliminary study in Klawisan Village Mergoagung Seyegan Sleman of Yogyakarta showed that the majority of menopausal women aged 45-50 years do not understand how to deal with menopause.

Aim: The Study was conducted to investigate the effect of health education towards the readiness of premenopausal women to face menopausal period in Klawisan Village Mergoagung Sleman of Yogyakarta.

Method: The research is pre experimental research with one group pretest – posttest design. The population was 15 premenopausal women in Klawisan Village Mergoagung Sleman of Yogyakarta. The samples were selected by using simple random sampling. The data analysis used univariate and bivariate of Wilcoxon.

Results: Before the health counseling is conducted, 53.3% of the women was not ready to face menopausal period. Yet, after given the counseling, 80.0% of the women was ready to face the period. There was an effect of health education towards the readiness of premenopausal women to face menopausal period in Klawisan Village Mergoagung Sleman of Yogyakarta ($0.025 < 0.05$).

Conclusion and Suggestion: There was an effect of health education towards the readiness of premenopausal women to face menopausal period in Klawisan Village Mergoagung Sleman of Yogyakarta. It is expected that the research can be the support to conduct a counseling on menopause and its symptoms.

Keywords : Health Education, the Readiness to Face Menopausal Period.

References : 19 books (2005-2015), 5 undergraduate theses, 4 journals, 2 internet sources

Number of pages : i-xii pages, 51 pages, 10 tables, 2 pictures, 12 appendixes

¹ Title of the Thesis

² Student of DIV Midwifery Program, Faculty of Health Sciences, 'Aisyiyah University of Yogyakarta

³ Lecturer of 'Aisyiyah University of Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Menopause adalah berhentinya abadi menstruasi yang dihasilkan dari hilangnya aktivitas hormonal ovarium. Ini adalah diagnosis retrospektif, yang dapat dideteksi setelah 12 bulan dari haid terakhir tanpa penyebab yang timbul. Proses kegagalan ovarium merupakan periode yang berkelanjutan pada wanita paruh baya, yang ditandai dengan perubahan dalam periode intermenstrual dan perdarahan pola, disertai dengan fluktuasi hormonal didefinisikan sebagai transmisi menopause atau perimenopause yang terjadi pada usia rata-rata 47 tahun. Periode ini menopause dapat menyebabkan berbagai gejala karena perubahan kadar hormon seks darah, termasuk gejala vasomotor flashes panas dan berkeringat di malam hari, gejala fisik seperti sakit kepala, jantung berdebar, tulang dan nyeri sendi, kelelahan, masalah seksual karena kekeringan vagina, inkontinensia urin, perasaan depresi, dan gangguan tidur (Gynecol Assoc, 2015).

Perubahan yang banyak terjadi pada saat ini adalah perubahan fisik mulai dari rambut, mata, kulit sampai keorgan-organ fisik lainnya. Target organ fisik seperti masalah payudara dan vagina, serta muncul rasa panas yang menjalar ditubuh (*hot flushes*). Walaupun bukan suatu penyakit, peristiwa ini mempunyai dampak dalam kehidupan wanita terutama bagi wanita yang banyak aktif, sehingga dapat dirasakan sebagai suatu gangguan masalah-masalah yang timbul dari perubahan psikis ini menimbulkan rasa cemas pada kebanyakan wanita. (Mulyani, 2013).

Kesiapan secara psikologis membantu mengurangi dampak buruk pada perempuan yang memasuki masa menopause. Pengetahuan cukup dan dukungan keluarga diperlukan untuk itu. Kekurangan pengetahuan membuat perempuan cemas jika memasuki masa menopause. Kecemasan berlebihan bisa menyebabkan depresi. Perempuan yang memasuki masa perimenopause hingga menopause, pada usia 35-60 tahun, akan mengalami perubahan psikologis dan fisik, seperti mudah marah dan kondisi fisik melemah. Oleh karena itu, pemahaman keluarga diperlukan untuk membantu mereka menghadapi fase ini. Komunikasi amat penting. Kehadiran keluarga untuk mendengar keluhan akan sangat berarti bagi perempuan.

Menurut penelitian Nurma (2014) yang dilakukan di Desa Murtigading, kecamatan Sanden, kabupaten Bantul didapatkan bahwa kesiapan ibu premenopause dalam menghadapi menopause setelah diberi intervensi termasuk dalam kategori siap sebanyak 40 responden (100%), sebagai pembandingan digunakan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi apapun dan hasilnya menunjukkan kesiapan ibu premenopause dalam menghadapi menopause sebagian besar termasuk dalam kategori kurang siap sebanyak 9 responden dan hanya sebagian kecil responden saja yang berada dalam kategori siap. Dari hal tersebut bahwa pentingnya psikoedukasi sebagai sarana untuk memberikan pemahaman pada seseorang mengenai informasi yang bersifat positif sehingga akan diikuti perubahan perilaku yang positif.

Penelitian yang lain yaitu yang dilakukan oleh Departemen Epidemiologi dan Psikiatri *University of Pittsburgh*, O'hara tahun 2014 didapatkan hasil 28,9% mengalami stres karena tidak siap di awal premenopause, 20,9% ketika menopause dan 22% pada post menopause. Sebuah penelitian tentang menopause yang dilakukan di Kanada didapatkan hasil 38%

wanita mengalami gangguan tidur, 30%-50% mengalami gangguan Urogenital, 50% mengalami kekeringan vagina dan disertai rasa sakit.

Saat ini wanita Indonesia yang memasuki masa menopause sebanyak 7,4% dari populasi. Jumlah tersebut meningkat menjadi 11% pada 2005 kemudian, naik lagi sebesar 14% pada 2015. Meningkatnya jumlah tersebut sebagai akibat bertambahnya populasi penduduk usia lanjut dan tingginya usia harapan hidup bersamaan dengan membaiknya derajat kesehatan masyarakat. Jumlah dan proporsi penduduk perempuan yang berusia diatas 50 tahun dan diperkirakan memasuki usia menopause dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan yang sangat signifikan. Berdasarkan data dari profil kesehatan Indonesia pada tahun 2013 jumlah penduduk menurut jenis kelaminnya setiap tahun mengalami peningkatan dari tahun 2010 sampai 2013. Pada tahun 2010 terdapat 118.010.413 penduduk perempuan, tahun 2011 sebesar 119.768.768 penduduk perempuan, tahun 2012 sebesar 123.364.472 (Depkes, 2014)

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) di D.I.Y pada tahun 2013 didapatkan data sejumlah penduduk menurut kelompok/umur jenis kelamin dan kabupaten/kota 2013-2014 penduduk perempuan usia lanjut 304.962. Pada tahun 2014 terdapat 308.070 di Kabupaten Sleman. Data berdasarkan hasil proyeksi penduduk 2010-2020 (Dinkes DIY, 2015)

Kebijakan pemerintah terhadap masalah ini adalah dengan memberikan program posyandu lansia, pendidikan kesehatan dan senam lansia. Dalam pelaksanaannya, ibu-ibu premenopause diberikan pendidikan kesehatan tentang menopause oleh tenaga kesehatan dari puskesmas terdekat (Proverawati, 2010).

Pendidikan kesehatan adalah suatu penerapan konsep pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat didefinisikan sebagai usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan (perilakunya), untuk mencapai kesehatan secara optimal (Aryastuti, 2012). Pendidikan kesehatan merupakan tindakan penting, yang perlu dilakukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai persiapan wanita menghadapi menopause (Nasution, 2004).

Azwar dalam Machfoedz (2008), penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan. Dengan memberikan penyuluhan, diharapkan masyarakat bisa lebih siap dalam menghadapi menopause sehingga dapat menurunkan kekhawatiran mereka dan meningkatkan perilaku hidup sehat masyarakat.

Berkenaan dengan pentingnya peran promosi kesehatan dalam pelayanan kesehatan, telah ditetapkan kebijakan Nasional Promosi Kesehatan sesuai dengan Surat keputusan menteri kesehatan Nomor 1193/Menkes/SK/X/2004. Kebijakan dimaksud juga didukung dengan Surat keputusan Menteri Kesehatan Nomor 1114/Menkes/SK/VII/2005 tentang Pedoman Pelaksanaan Promosi Kesehatan di Daerah.

Untuk melaksanakan upaya kesehatan wajib tersebut di puskesmas diperlukan tenaga fungsional Penyuluh Kesehatan Masyarakat untuk mengelola promosi kesehatan di puskesmas secara profesional dan mampu untuk mengelola serta menyelenggarakan pelayanan yang bersifat promotif dan preventif.

Berdasarkan studi pendahuluan dan informasi dari dinkes Sleman, Kecamatan sayegan merupakan salah satu kecamatan yang mempunyai jumlah wanita dengan usia 45-64 tahun yaitu sebanyak 1.637 jiwa. Kecamatan sayegan memiliki jumlah wanita premenopause tertinggi adalah Desa Margoagung sebanyak 1.314 jiwa Yang kedua adalah desa Margomulyo sebanyak 1.225 jiwa, yang ketiga adalah desa Margodadi sebanyak 1.102 yang keempat adalah desa Margoluwi sebanyak 1.003 jiwa, yang kelima adalah desa Margokatan yaitu sebanyak 903 jiwa. Hasil wawancara pada padukuhan didapatkan bahwa Dusun Klawisan yaitu sebanyak 128 jiwa dan yang kedua ada di Dusun gondang yaitu sebesar 124 jiwa dan yang ketiga di Dusun ngino yaitu sebesar 120 jiwa, yang ketiga berada di Dusun Watukarung 90 jiwa yang sebagian besar ibu premenopause usia 45-50 tahun tidak memahami dan tidak mengerti cara menghadapi menopause, dan kekhawatiran ibu dalam masalah seksual setelah memasuki masa menopause nanti. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause pada Ibu Premenopause di Dusun Klawisan Desa Margoagung Seyegan Sleman Yogyakarta”.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experimental*. Rancangan atau desain penelitian ini adalah *one group pretest – posttest desain* yaitu desain ini terdapat pretest sebelum diberi perlakuan sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat (Sugiyono, 2014). Peneliti melakukan pretest sebelum dilakukan perlakuan, selanjutnya perlakuan diberikan dalam bentuk pendidikan kesehatan premenopause, akhir kegiatan diberikan posttest. bentuk rancangan ini menurut Notoatmodjo (2010)

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kesiapan menghadapi menopause Sebelum Pendidikan kesehatan menopause pada ibu premenopause Dusun Klawisan Seyegan Sleman

Tabel 3.4 Distribusi Tingkat Kesiapan Menghadapi Menopause pada Kelompok Eksperimen Sebelum Diberikan Penyuluhan di Dusun Klawisan Margoagung Seyegan Sleman

Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
Siap	7	46.7
Tidak siap	8	53.3
Total	15	100.0

Sumber: Data Primer (2016)

2. Kesiapan menghadapi menopause Sesudah pendidikan kesehatan menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagung Sleman

Tabel 3.5 Distribusi Tingkat Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Kelompok Eksperimen Sesudah Diberikan Penyuluhan di Dusun Klawisan Margoagung Seyegan Sleman

Kategori	Frekuensi	Prosentase (%)
Siap	12	80.0
Tidak siap	3	20.0
Total	15	100.0

Sumber: Data Primer (2016)

3. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagung Seyegan Sleman

Tabel 3.6 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause di Dusun Klawisan Margoagung Sleman

Kategori	Pretest		Posttest	
	F	p (%)	F	p (%)
Siap	7	46.7	12	80.0
Tidak siap	8	53.3	3	20.0
Total	15	100.0	15	100.0

Sumber : Data Primer (2016) telah digambarkan dalam bentuk distribusi

D. Pembahasan

1. Tingkat Kesiapan Menghadapi Menopause Sebelum Diberikan Penyuluhan

Tingkat kesiapan menghadapi menopause sebelum diberikan penyuluhan sesuai dengan tabel 4.1 sebagian besar responden dalam kategori tidak siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 8 responden (53,3%). Responden tersebut memiliki tingkat kesiapan tidak siap karena sebagian besar menjawab tidak siap dalam menghadapi gejala-gejala menopause yang mungkin akan muncul.

Berdasarkan hasil penelitian di Dusun Klawisan Margoagung Seyegan Sleman responden yang memiliki kesiapan yang tidak siap juga dapat dikarenakan responden yang memiliki pengetahuan yang rendah dimana responden dalam penelitian ini mayoritas SLTP dan terdapat responden dengan pendidikan SD sehingga memiliki pengetahuan yang kurang dan cukup sulit dalam menyerap informasi. Pendidikan responden akan mempermudah menyerap informasi yang diterima terutama informasi dari tenaga kesehatan atau lingkungan sekitar. Ketidaksiapan wanita dalam menghadapi menopause akan berpengaruh terhadap kehidupan wanita dan keluarga tersebut.

Pernyataan diatas sesuai dengan teori bahwa menopause merupakan proses alamiah yang terjadi pada semua perempuan, namun efek sampingnya banyak mempengaruhi keharmonisan rumah tangga apabila tidak siap menghadapinya. Masa perubahan ini akan dapat dilalui dengan baik, tanpa gangguan yang berarti, jika wanita tersebut mampu menyesuaikan diri dengan kondisi baru yang muncul. Faktor penentu apakah wanita tersebut siap dengan datangnya masa menopause ini ada di tangan wanita itu sendiri. Di sini faktor pengetahuan mengenai menopause sangat berpengaruh dalam menghadapi masa tersebut (Maspaitea, 2007).

Faktor lain yang mempengaruhi ibu tidak siap menghadapi menopause adalah kurangnya informasi yang diterima ibu tentang menopause, sehingga timbul kekhawatiran yang menyebabkan ibu merasa tidak siap karena pengetahuan ibu yang rendah, hal tersebut sesuai dengan teori Wawan dan Dewi (2010) menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi. Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan baru dan akan berdampak pada perilaku yang positif.

Kurangnya pengetahuan ibu yang menyebabkan wanita tidak siap menghadapi menopause sesuai dengan penelitian **Estiani** (2015) dengan judul hubungan pendidikan dan pengetahuan wanita pramenopause terhadap sikap menghadapi menopause di desa Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu. Hasil penelitian dari 97 responden yang memiliki sikap positif sebanyak 71 orang (73,1%), responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 59 orang (60,8%). Dari hasil uji statistik *Chi-square* untuk variable pengetahuan diperoleh *p value* $0,005 < 0,05$ hal ini membuktikan bahwa ada hubungan pengetahuan terhadap sikap menghadapi menopause..

2. Tingkat Kesiapan Menghadapi Menopause Setelah Diberikan Penyuluhan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Dusun Klawisan Margoagun Seyegan Sleman sebagian besar memiliki sebagian besar responden dalam kategori siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 12 responden (53,3%). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan kesiapan menghadapi menopause setelah dilakukan pendidikan kesehatan, dimana pendidikan kesehatan merupakan salah yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, serta mengerti, tetapi juga mau serta dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan (Aryastuti, 2012).

Notoadmojo (2010) menyebutkan bahwa perilaku salah satunya dipengaruhi oleh faktor Predisposisi (*predisposing factor*). Faktor-faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut oleh masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, pekerjaan, informasi, pengetahuan dan sebagainya. Pada dasarnya sebuah perilaku sangat variatif karena individu memiliki perbedaan antara individu satu dengan yang lainnya. Penyuluhan tersebut akan meningkatkan pengetahuan yang akan menentukan sikap dan akan menentukan perilaku seseorang. Tujuan penyuluhan yang paling pokok menurut Effendy (2010) adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Penyuluhan kesehatan bertujuan untuk merubah perilaku perseorangan dan atau masyarakat dalam bidang kesehatan. Tujuan secara umum, dari pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku individu/masyarakat di bidang kesehatan yang dikutip oleh Notoatmodjo (2010).

Pendidikan kesehatan tentang menopause dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu yang akan berdampak pada kesiapan ibu dalam menghadapi menopause. Hal ini sejalan dengan penelitian Arifah tahun 2010 dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan modul dan sikap wanita dalam menghadapi menopause di desa sumbermulyo, bambanglipuro, bantul. Penelitian ini menyimpulkan terdapat pengaruh yang secara statistik signifikan pendidikan kesehatan dengan modul terhadap pengetahuan dan sikap wanita tentang menopause.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden sebelum penyuluhan sebagian besar responden dalam kategori tidak siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 8 responden (53,3%). Sesudah penyuluhan kesehatan sebagian besar responden dalam kategori siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 12 responden (53,3%). Hasil analisis diperoleh $p\text{-value} = 0,025$ dengan taraf signifikansi 5% $p\text{-value}$ ($0,025 < 0,05$). Maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagun Seyegan Sleman.

Responden sebelum pendidikan kesehatan sebagian besar responden dalam kategori tidak siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 8 responden (53,3%). Sesudah penyuluhan kesehatan sebagian besar responden dalam kategori siap menghadapi menopause yaitu sebanyak 12 responden (53,3%). Sesuai dengan teori bahwa pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya untuk menciptakan pengetahuan dan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. pendidikan kesehatan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain, kemana seharusnya mencari pengobatan bilamana sakit, dan sebagainya. Pendidikan kesehatan pada akhirnya mencapai pengetahuan tentang kesehatan dan berlanjut perilaku kesehatan (Notoadmojo, 2012).

Hal ini dapat dijelaskan bahwa dengan pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang menopause, pengetahuan yang dimiliki tersebut akan ditimbang-timbang yang akan menentukan sikap dan dapat meningkatkan motivasi kearah yang lebih baik yang lebih positif sesuai dengan pengetahuan yang didapatkan. Sehingga diharapkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan ibu lebih siap dalam menghadapi menopause. Pendidikan kesehatan harus sesuai dengan masalah dan kebutuhan seseorang sehingga mereka memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar. Serta memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat. (Mubarak dan Chayati, 2009).

Penelitian ini didapatkan responden yang sudah mendapatkan pendidikan kesehatan tetapi tidak mengalami perubahan kesiapan menghadapi menopause sebanyak 3 orang. Hal tersebut dapat dijelaskan bahwa tidak hanya pendidikan kesehatan yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menopause namun juga dipengaruhi oleh hal lain seperti kemampuan penginderaan terhadap objek yang disampaikan selama penyuluhan melalui panca indra manusia meliputi penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba sendiri. Menurut Wawan dan Dewi (2010) waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian, persepsi terhadap objek dan sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, serta kemampuan menyerap informasi yang dapat dilihat dari pendidikan ibu, dalam penelitian ini terdapat 3 ibu dengan pendidikan SD sehingga dimungkinkan memiliki

kemampuan menyerap informasi yang kurang. Sesuai dengan Notoadmodjo (2010) bahwa Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam pemberian respon terhadap sesuatu yang datang dari luar. Orang yang berpendidikan tinggi akan merespon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan.

Hasil penelitian secara keseluruhan sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Makahanap (2013) dengan judul pengaruh penyuluhan kesehatan mengenai menopause terhadap tingkat pengetahuan ibu usia 45-55 tahun di wilayah kerja Puskesmas Tonsealama Kecamatan Tondano Utara. Analisis data yang dilakukan ialah dengan menggunakan uji wilcoxon dengan confidence interval 95% dan $\alpha = 0,05$. Hasil uji wilcoxon didapatkan bahwa $p=0,000$ yang artinya nilai $p < 0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang bermakna dari penyuluhan mengenai menopause terhadap peningkatan pengetahuan ibu usia 45 – 55 tahun di Puskesmas Tonsealama. Dimana dengan pendidikan kesehatan ibu akan meningkatkan pengetahuan ibu sehingga ibu semakin siap dalam menghadapi menopause.

E. Simpulan

1. Ibu pre menopause sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar dalam kategori tidak siap menghadapi menopause yaitu 53,3%.
2. Ibu pre menopause sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan sebagian besar responden dalam kategori siap menghadapi menopause yaitu 80,0%.
3. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menopause pada ibu premenopause di Dusun Klawisan Margoagung Seyegan Sleman ($0,025 < 0,05$)

F. Saran

1. Bagi Ibu Menopause
Menjadikan masukan bagi ibu premenopause tentang menopause sehingga ibu lebih siap dalam menghadapi menopause
2. Bagi Dusun Klawisan Margoagung
Menjadikan masukan pada ibu Premenopause di Dusun Klawisan Margoagung agar lebih siap dalam menghadapi Menopause
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Menambah referensi penelitian selanjutnya agar meneliti faktor lain yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi menopause seperti pendidikan dan sumber informasi

DAFTAR PUSTAKA

- Admin, (2011), *Terjadi Pergeseran Umur Menopause* <http://mkiakr.ugm.ac.id/Akses> 16 Januari 2016
- Arifah (2010). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Modul dan Media Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan sikap Wanita dalam Menghadapi Menopause di Desa SumberMulyo, Bambanglipuro, Bantul*. Skripsi Tidak dipublikasikan

- Baziad Ali, (2008). *Menopause dan Andropause. Cetakan Pertama, Ed. Pertama*, Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Brown, Nina W. (2011). *Psychoeducational Groups 3rd Edition: Process and Practice*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Camellia Vita. (2008). *Sindroma pascamenopause [skripsi]*. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara.
- Cartwright,. (2007). *Psychoeducation Among Caregivers of Children Receiving Mental Health Service. Dissertation*. Ohio:Graduate School of The Ohio State University
- Chaplin., (2005). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : Raja Grafindo Persada Depkes, 2(014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*.Yogyakarta
- Dinkes (2015). *Badan Pusat Statistik (BPS) D.I.Y Sleman*
- Indriana , Teuku Melani (2007). *Gizi Keluarga. Penebar Swasaya : Jakarta*. Arief
- Kagan A (2015) *Patients who were diagnosed with menopause in the Gynecology and Evaluation of sleep in women with menopause v.16(3); 2015;*
- Kasdu, D (2005). *Kiat Sehat dan Bahagia di Umur Menopause*. Puspaswara. Jakarta: Gramedia
- Lestary D, (2010). *Seluk Beluk Menopause*.Jogjakarta: Gerai Ilmu.
- Lumongga N, (2013). *Psikologi Kespro “Wanita & Perkembangan Reproduksi” Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologinya. Cetakan Pertama*. Jakarta: Kencana.
- Mulyani, S, (2013). *Menopause Akhir Siklus Menstruasi Pada Wanita di Usia Pertengahan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nurma riajati (2014). *Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause Terhadap Kesiapan Menghadapi Menopause Pada Ibu Premenopause Di Desa Murtagading Sanden Bantul*
- Polman. (2015). *The Role Depressive Symptomatology in peri and post-.menopause*
- Proverawati A, (2009). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Puspitasari 2013). *Pengaruh Penyuluhan Tentang Menopause terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause menjelang Menopause di Desa Tirto Rt. 5 Triharjo Pandak Bantul*.
- Retnowati, S (2010). *Tetap Bergairah Memasuki Masa Menopause*. Yogyakarta
- Roudhoh, S. (2010). *Psikoedukasi: Intervensi Rehabilitasi dan Prevensi*. Bandung: Magister Profesi Psikologi Universitas Padjajaran.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung : Alfabeta
- Supratikya, A. (2011). *Merancang program dan modul psikoedukasi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma

- Thompson B. (2005). *The Psyche of Estrogen Part I; Estrogen and Mood*. .
<http://www.ubcpharmacy.org/cpe/>.
- Treamblay., Nouk., Sheeran., Lisa., Sancia. (2008). *Psychoeducational interventions to alleviate hot flashes: a systematic Review*. *Journal Menopause*,15 (Issue 1) 193-202.
- Walsh, Joseph. (2010). *Psycheducation In Mental Health*. Chicago: Lyceum Books, Inc.

